Extra-Beilage zu No. 76 des Kreis- und Anzeige-Blatts
für den Kreis Danziger Höhe pro 1892.

Schutzmaßregeln gegen Cholera

zusammengestellt im Kaiserlichen Gesundheitsamt.

I. Sei besonnen in der Gefahr; hüte Dich vor übergroßer Aengstlichkeit, denn sie trübt Dir das klare Urtheil! Nur der klar denkende Mensch kann die gefahrverhütenden Mittel richtig anwenden.

Halte auf Sauberkeit an Dir und um Dich! Besonnenheit, Mäßigkeit, peinliche Sauberkeit gewähren den besten Schutz vor Erkrankung.

Halte fest an Deiner gewohnten, **geregelten Lebensweise**, gehe Festlichkeiten und Menschenansammlungen aus dem Wege!

Vermeide Arzneien, so lange Du gesund bist!

Besuche Kranke nur dann, wenn Deine Pflicht Dich ruft!

Vermeide Verkehr und nähere Berührung mit Personen, welche aus Choleraorten kommen!

Verlasse nicht, um der Krankheit zu entgehen, Deinen Wohnort; bedenke, daß Du auf der Reise und an fremdem Orte unter veränderten Lebensverhältnissen mehr gefährdet sein kannst, als zu Hause bei vorsichtiger gleichbleibender Lebensweise.

II. Andere Gegenstände, als Nahrungs- oder Genußmittel, bringe nicht an oder in den Mund (z. B. nicht die Finger beim Umblättern, Federhalter, Bleifeder u. dgl.)!

Trinke möglichst wenig Wasser und nur solches, welches als **unverdächtig** Dir bekannt ist.

Unverdächtig ist in der Regel reines Quellwasser, Wasser aus tiefen Röhrenbrunnen, solches aus geschlossenen Leitungen, welches — wenn offenen Gewässern entnommen — einer wirksamen Filtration unterzogen ist.

(Kleine Hausfilter sind, wenn nicht häufig gewechselt oder gereinigt, eher schädlich als nützlich.)

Wasser aus Flüssen, Gräben, Teichen, flachen, offenen oder mit undichten Decken versehenen Brunnen, ferner aus Brunnen, welche sich in der Nähe von Schmutz oder Düngerstätten befinden, ist in Cholerazeiten verdächtig. **Jedes Waschen und Spülen, sowie Ausgießen von Schmutzwasser in der Nähe von Brunnen kann gesundheitsgefährlich werden. Verdächtiges Wasser darf beim Herrschen oder Nahen der Krankheit nur nach minutenlangem Kochen zum Genuß, zum Waschen des Gesichts, zum Reinigen des Mundes, zum Spülen der Eß- und Trinkgeschirre und dgl. verwendet werden.** Durch Kochen werden die Krankheitskeime zerstört; jedoch können sich bei längerem Stehen frische Keime wieder darin festsetzen.

Um gekochtes Wasser schmackhaft zu machen, setze einem Glase (1/4 Liter) eine Messerspitze Weinsteinsäure oder 2 Tropfen reiner Salzsäure zu.

Bewahre Wasser in sauberen Gefäßen auf!

Thee, Kaffee und Kakao sind erlaubte Getränke, auch gutes Bier und reiner Wein.

Hüte Dich vor Eis und sehr kalten Getränken!

Dein Bier sei klar und frisch, weder sauer noch schal; laß es Dir nur in solchen Gläsern geben, welche mit unverdächtigem (nöthigenfalls gekochtem) Wasser gespült sind!

Bittere Schnäpse enthalten häufig Aloe, wirken daher abführend und sind bedenklich.

Mineralwasser sind unbedenklich, wenn sie natürlichen Quellen entstammen oder mit destillirtem Wasser bereitet sind.

Vermeide den Genuß von ungekochter Milch!

An **Butter** und an frischem **Käse** kann der Krankheitskeim haften, wenn sie in der Nähe cholerakranker Personen zubereitet oder aufbewahrt wurden.

Iß Obst und Gemüse, auch Gurken und dergl., nur in gekochtem Zustande, genieße überhaupt nichts ungekocht oder ungebraten, was von fremden, Dir nicht als zuverlässig rein bekannten Händen angefaßt worden ist!

Hole Lebensmittel nur aus zuverlässig reinlichen Verkaufsstellen!

Meide solche, welche sich in Cholerahäusern befinden!

Vermeide alles Uebermaß im Genuß von Speisen und Getränken!

Besonders vorsichtig sei, wenn Du zu Durchfall neigst! Iß und trink als Gesunder nichts in einem Krankenzimmer! Bedenke, daß dort Fliegen und ähnliche Insecten den Krankheitskeim aus der Nähe des Kranken auf Deine Speisen übertragen können. Auch die Cigarre kann Dir im Hause des Kranken den Ansteckungsstoff zuführen.

III. Halte den Kopf kühl, den Leib warm, die Füße trocken! Wohne und schlafe in reiner Luft! Räucherungen schützen nicht vor Ansteckung!

Wasche oft am Tage Deine Hände mit Wasser, Seife und Bürste, insbesondere ehe Du Eßwaaren berührst! Hast Du beschmutzte oder verdächtige Gegenstände angefaßt, so reinige Deine Hände zuvörderst sorgfältig mit einer Lösung von 55 Gramm (etwa 4 Eßlöffel) wasserklarer, verflüssigter Karbolsäure in einem Liter Wasser (fünfprozentige Karbolsäurelösung) und wasche sie dann mit Seife und reinem Wasser nach!

In Choleragegenden bade Dich nicht in Flüssen oder Teichen! **Benutze einen öffentlichen Abtritt nur im Nothfalle.** Die Sitzbretter von Abtritten, welche fremden Personen zugänglich sind, sollten täglich mit Seifenwasser gescheuert werden. Nimm hierzu 1 Pfund Schmierseife auf einen Eimer heißes Wasser. Ist Dein Abtritt von krankheitsverdächtigen Personen benutzt, so spüle die Wand des Trichters mit frisch bereiteter*) Kalkmilch ab (1 Theil Aetzkalk auf 4 Theile Wasser)!

IV. Der Ansteckungsstoff der Cholera befindet sich in den Ausleerungen der Kranken. Er haftet an beschmutzten Wäsche- und Kleidungsstücken und kann durch Alles, was mit solchen Gegenständen oder Ausleerungen, wenn auch nur mittelbar und in nicht augenfälliger Weise in Berührung gekommen ist, verschleppt werden.

Entleerungen von Cholerakranken oder choleraverdächtigen Kranken und damit beschmutzte Fußböden u. s. w. mache durch reichliche, mindestens einstündige Anwendung von Kalkmilch oder Chlorkalklösung (20 Gramm Chlorkalk auf 1 Liter kaltes Wasser) oder andere bewährte Desinfectionsmittel unschädlich.

Wäsche, Kleider, Bettzeug, Decken u. dgl., auch solche, die Dir von auswärts aus Choleraorten zugehen, schicke festumwickelt und geschnürt in eine öffentliche Desinfectionsanstalt! Ist eine solche nicht erreichbar, so weiche die Sachen 24 Stunden lang in Seifenwasser (1 Pfund Schmierseife auf einen Eimer heißes Wasser) ein und koche sie dann gründlich aus!

---

*) Kalkmilch verliert durch Stehen an der Luft ihre Wirksamkeit.

Sonst benutzte Gegenstände reinige gründlich mit solchem Seifenwasser, mit Kalkmilch oder Karbolsäurelösung! Ist auch dies nach Beschaffenheit der Gegenstände nicht ausführbar, so stelle dieselben mindestens 6 Tage lang an einen luftigen, trocknen Ort außer Gebrauch. Gründliches Austrocknen ist der Entwickelung des Krankheitskeims ungünstig.

V. Ist Deine Verdauungsthätigkeit gestört, tritt Durchfall namentlich mit Erbrechen oder heftiger Uebelkeit auf, so wende Dich alsbald an einen Arzt. Bis derselbe kommt genieße ein warmes Getränk, lege eine wollene Leibbinde um, bleibe in Deinem Zimmer, bei heftigen Beschwerden suche das Bett auf! Zur Linderung kannst Du eine Tasse Thee mit Cognac oder Rum genießen. Deine Nahrung sei einstweilen eine schleimige Suppe, auch Zwieback oder altbackenes Weißbrod ohne Butter.

Hast Du bewährte (nach ärztlicher Vorschrift verfertigte) Choleratropfen vorräthig, so nimm davon 20—30 Tropfen auf Zucker!

Bleibe besonnen, auch wenn Du erkrankt bist. Furchtsamkeit und Feigheit wirken nachtheilig auf Körper und Geist!

Sämmtliche Guts- und Gemeindevorsteher ersuche ich, die vorstehenden Rathschläge in der Ortschaft bekannt zu machen und möglichst darauf zu halten, daß dieselben befolgt werden.

Besondere Abdrücke dieser Ansprache an die Bewohner werden den Ortsvorstehern von mir überschickt werden, diese Abdrücke sind in der Ortschaft zu vertheilen, so daß mindestens in jedem Hause ein Exemplar abgegeben wird.

Danzig, den 19. September 1892.

Der Landrath.

A. Müller vormals Wedel'sche Hofbuchdruckerei in Danzig, Jopengasse 8.